

식단표

2024년 05월

해피데이케어센터

구분			수(05.01)	목(05.02)	금(05.03)	토(05.04)
점심 식단				잡곡밥/단호박죽 근대된장국 닭강정 숙주당근무침 건파래무침 배추김치	잡곡밥/깨죽 콩비지찌개 계란찜 해물야채볶음 근대나물 배추김치	잡곡밥/계란죽 물만두국 돈갈비찜 부들어묵튀김/소스 시금치나물 배추김치
저녁 식단				잡곡밥/야채죽 김치콩나물국 편육/새우젓 감자채볶음 얼갈이겉절이 배추김치	잡곡밥/야채죽 배추맑은국 돈까스/소스 마늘쫀어묵볶음 짜사이무침 배추김치	
오후 간식				만두	꿀떡	글레이즈드 도넛/두유
구분	월(05.06)	화(05.07)	수(05.08)	목(05.09)	금(05.10)	토(05.11)
점심 식단	잡곡밥/고구마죽 어묵국 닭다리살불고기 야채전 옥수수콘샐러드 배추김치	잡곡밥/새우살죽 유부무채국 제육김치볶음 햄야채볶음 무생채 배추김치	잡곡밥/닭죽 반계탕 오징어미니리화무침 브로콜리전 절편 배추김치	잡곡밥/깨죽]나가사끼짬뽕국 두부조림 너비아니&파채 오이무침 배추김치	잡곡밥/계란죽 열무된장국 고등어무조림 후랑크볶음 과일샐러드 배추김치	잡곡밥/흑임자죽 순두부찌개 돈육장조림 버섯볶음 양배추쌈/쌈장 배추김치
저녁 식단	잡곡밥/야채죽 계란파국 함박스테이크 멸치볶음 호박나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 들깨미역국 생선까스/소스 잡채 숙주나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 ₩육개장 조기구이 탕평채 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥/야채죽 참치김치찌개 계란말이 연근조림 근대나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 콩나물국 짜장면 계란후라이 청경채나물 배추김치	
오후 간식	게맛살	연두부	피자	치즈케이크/이오	호떡/두유	백설기
구분	월(05.13)	화(05.14)	수(05.15)	목(05.16)	금(05.17)	토(05.18)
점심 식단	잡곡밥/깨죽 김치유부국 코다리강정 도토리묵/양념장 치커리무침 배추김치	잡곡밥/계란죽 우렁된장찌개 닭볶음탕 맛살샐러드 청경채나물 배추김치	잡곡밥/흑임자죽 새우살미역국 계란찜 미트볼조림 숙주당근무침 배추김치	잡곡밥/고구마죽 유채된장국 가자미무조림 고구마스틱/계찹 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/새우살죽 콩나물볶어국 돼지고기야채볶음 사각어묵볶음 양배추쌈/쌈장 배추김치	잡곡밥/단호박죽 유부장국 카레 탕수육땅콩강정 오이지무침 배추김치
저녁 식단	잡곡밥/야채죽 어묵국 돈채피망볶음 배추두부말이 얼무나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 감자맑은국 아구찜 새우튀김 비타민무침 배추김치		잡곡밥/야채죽 콩가루배추전 닭봉 순대볶음 무생채 배추김치	잡곡밥/야채죽 부대찌개 스카치에그 멸치마늘쫀볶음 고춧잎무침 배추김치	
오후 간식	참외	반숙란	게맛살	카스테라/요구르트	오븐에 구운도넛/두유	한과

구분	월(05.20)	화(05.21)	수(05.22)	목(05.23)	금(05.24)	토(05.25)
점심 식단	잡곡밥/단호박죽 홍합살미역국 간장닭찜 김치부침개 열무나물 배추김치	잡곡밥/깨죽 무청시래기된장국 고등어무조림 비엔나볶음 청경채나물 배추김치	잡곡밥/계란죽 파개장 두부양념구이 잡채 근대나물 배추김치	잡곡밥/흑임자죽 청국장 해물콩나물찜 야채춘권/케찹 과일샐러드 배추김치	잡곡밥/고구마죽 어묵국 제육볶음 만두강정 수제피클 배추김치	잡곡밥/새우살죽 닭곰탕 삼치구이 파르팔레샐러드 오이무침 배추김치
저녁 식단	잡곡밥/야채죽 크림스프 돈까스/소스 오징어미나리무침 콩나물무침 배추김치	잡곡밥/야채죽 콩비지찌개 돼지고기참스테이크 양파부침 츄러스 배추김치	잡곡밥/야채죽 계란파국 소고기버섯볶음 어물피망볶음 오복지무침 배추김치	잡곡밥/야채죽 배추된장국 닭고기유린기 명엽채볶음 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 감자호박맑은국 계란말이 건새우무조림 시금치나물 배추김치	
오후 간식	요플레/생크림 파운 드	글레이즈도넛/두 유	바나나	고구마	바나나	곡물과자/식혜
구분	월(05.27)	화(05.28)	수(05.29)	목(05.30)	금(05.31)	
점심 식단	잡곡밥/깨죽 시래기된장국 가자미카레구이 순대볶음 얼갈이나물 배추김치	잡곡밥/계란죽 콩나물국 파채불고기 사각햄야채볶음 짜사이무침 배추김치	잡곡밥/흑임자죽 어묵국 닭감자볶음 청경채볶음 미역무침 배추김치	잡곡밥/고구마죽 부대찌개 계란찜 당면콩나물볶음 콘양배추샐러드 배추김치	잡곡밥/새우살죽 미역장국 오징어양배추볶음 간장떡볶이 열무나물 배추김치	
저녁 식단	잡곡밥/야채죽 조갯살미역국 오리훈제볶음 맛살계란전 무쌈 배추김치	잡곡밥/야채죽 수제비국 두부카츠 알마늘멸치볶음 당근라페 배추김치	잡곡밥/야채죽 우렁된장국 방어무조림 분홍소세지전 배추나물 배추김치	잡곡밥/야채죽 복어국 돼지고기낙지볶음 느타리버섯전 양념깻잎지 배추김치	잡곡밥/야채죽 배추맑은국 수제미트볼 부들어묵볶음 무생채 배추김치	
오후 간식	절편	카스테라/요구르트	케이크	참외	만쥬/두유	

※ 위 식단표는 시설 및 식자재 수급 사정에 따라 변경될 수 있습니다.